

WIR IM SPORT

07.2020

MAGAZIN DES
LANDESPORTBUNDES NRW
ENTGELT BEZAHLT
K 6400
LSB.NRW

LSB-INITIATIVE
#trotzdemSPORT



SPORT BEWEGT NRW!

LANDESPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN





LIEBE LESERINNEN UND LESER,

wir blicken auf ein Jahr zurück, das wir uns alle sicher anders vorgestellt und gewünscht haben.

Wie kaum ein vergleichbares Ereignis in der Vergangenheit hat die Corona-Pandemie das öffentliche Leben bestimmt. Die Auswirkungen haben den Sport hart getroffen: Training und Wettkampf konnten bestenfalls eingeschränkt stattfinden und eine Großzahl an Veranstaltungen musste verschoben oder abgesagt werden. Statt Bewegung und Spaß in der Gemeinschaft galt und gilt es, Kontakte zu beschränken und Abstand zu halten.

Dennoch haben wir 2020 erlebt, dass der organisierte Sport in NRW eine starke Kraft ist. Nicht zuletzt in der Initiative #trotzdemSPORT zeigt sich, wie viel Vereine, Bünde, Verbände und Landessportbund gemeinsam bewegen können. Von einigen erfolgreichen Beispielen können Sie sich in der vorliegenden Ausgabe selbst überzeugen.

Darüber hinaus dürfen wir auch in der Krise auf zuverlässige Partner in der Landespolitik vertrauen. So konnten wir schnelle und wirksame finanzielle Hilfen für rund 7.000 Sportvereine auf den Weg bringen. Dafür sind wir dankbar und das macht uns Mut für den Blick nach vorne!

Eine Rückkehr zur Normalität wird auch Anfang 2021 noch nicht möglich sein. Als Landessportbund werden wir aber weiterhin alles dafür tun, den Vereinsport in NRW durch diese herausfordernde Zeit zu bringen.

Für Ihr Engagement und den Zusammenhalt im zurückliegenden Jahr danke ich Ihnen herzlich. Ich wünsche Ihnen und Ihren Familien ein frohes Weihnachtsfest und alles Gute für ein erfolgreiches Jahr 2021!

Ihr



#trotzdemSPORT 1,25-MILLIONEN-EURO-INITIATIVE DES LSB

Was für ein Innovationsschub 2020, der auch vor dem Sport nicht halt gemacht hat. Wer wäre noch vor einem Jahr auf die Idee gekommen, dass zum Beispiel die Sporthallen am besten mit WLAN ausgestattet werden sollten. Beim TSC Eintracht Dortmund beispielsweise arbeiten die Verantwortlichen gerade an einer solchen Lösung. Und sie können auf eine unbürokratische finanzielle Unterstützung des Landessportbundes NRW im Rahmen der 1,25-Millionen-Euro-Initiative #trotzdemSPORT hoffen. Mehr über die Initiative im Rahmen unseres Titelhemas. (**siehe Seite 10** ►)

Hintergrund

GENERATION CORONA



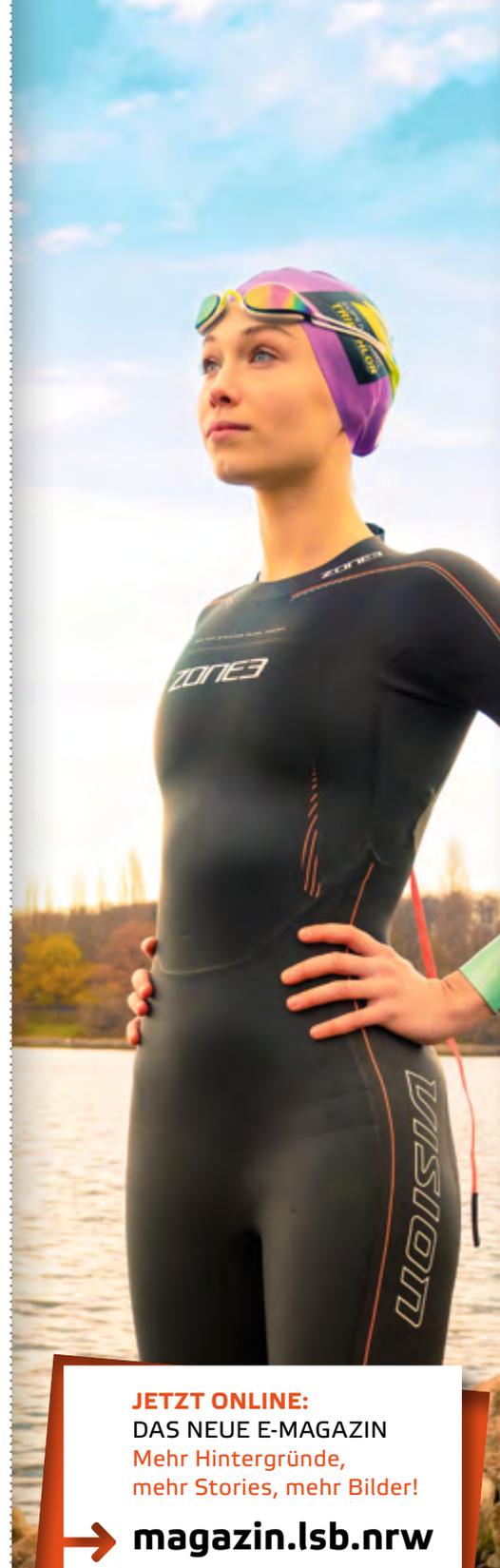
Foto: Entwurfswerk & LSB

Teilweise verunglimpft als „feierwütige, egoistische Jugend“, brachten die Recherchen zur Story „LOST“ ein gänzlich anderes Bild zu Tage: Eine junge Generation mit jungen Engagierten im Sport, die mit deutlichen Nachteilen in Ausbildung und Alltag zu kämpfen haben, die Gelegenheiten unwiederbringlich verlieren und in eine ungewisse Zukunft schauen. Eine Jugend, die sich ihrer Verantwortung für Gesellschaft und Umwelt sehr bewusst ist. (**siehe Seite 24** ►)

Porträts und Berichte

ALLES IST ANDERS NEUE NORMALITÄTEN

Unsere Autorin Nicole Jakobs schreibt regelmäßig für die „Wir im Sport“. In dieser Ausgabe lesen Sie zwei Texte von ihr: das Porträt der Ehrenamtsmanagerin Jana Reinartz und die Geschichte über neue Social Media-Kanäle. Beim Schreiben hat sie sich dabei ertappt, über das ganze Jahr immer wieder zu formulieren „wegen Corona geht das gerade nicht“, „wegen Corona ist das jetzt anders“. Sie fragt sich, ob es im nächsten Jahr eine neue Normalität geben wird, die dann „nach Corona“ heißt. Vielleicht wird das ihr Ausdruck des Jahres 2021. Hoffen wir es! (**siehe Seite 32 und 35** ►)

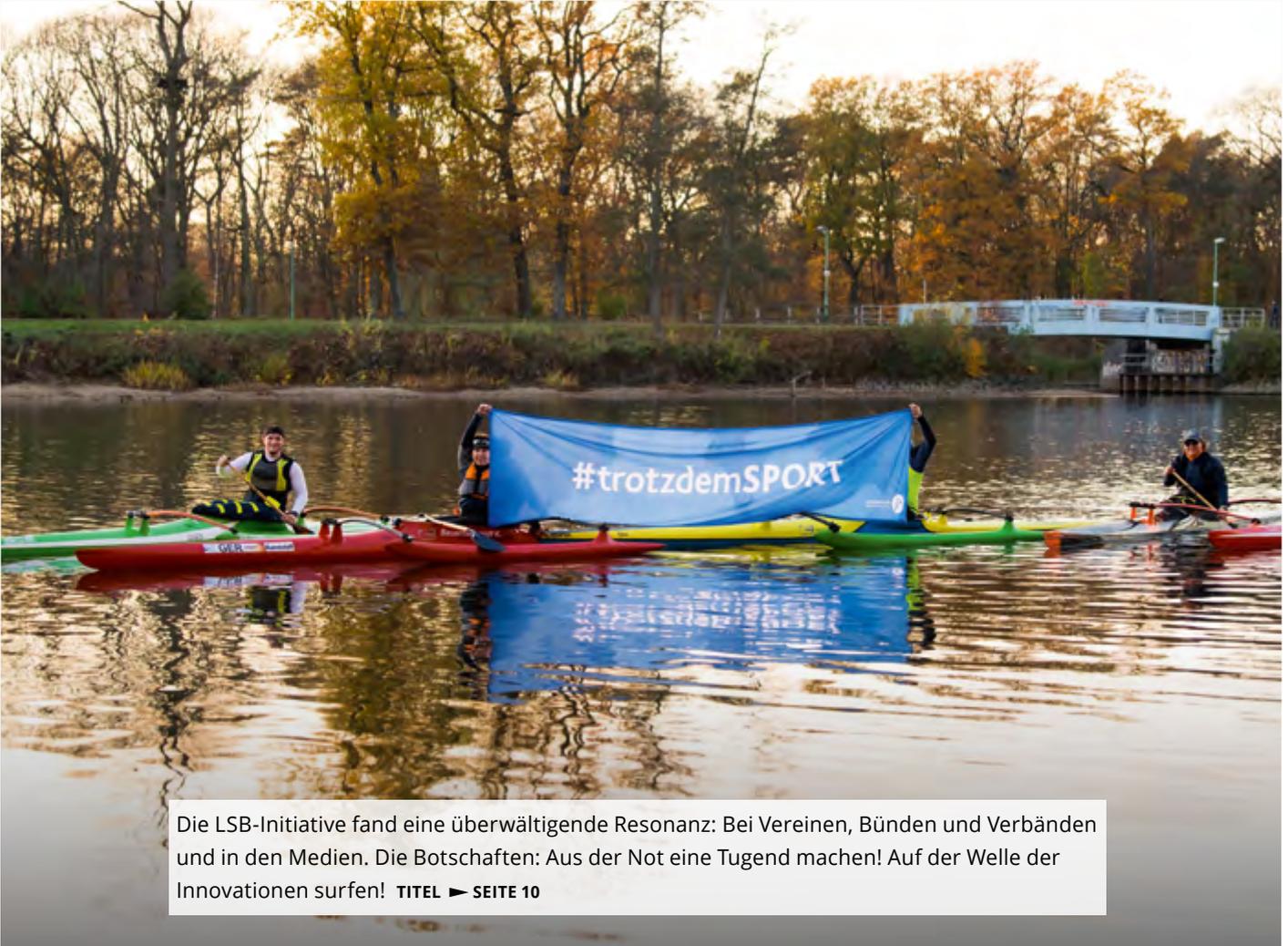


JETZT ONLINE:
DAS NEUE E-MAGAZIN
Mehr Hintergründe,
mehr Stories, mehr Bilder!

➔ magazin.lsb.nrw



LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Die LSB-Initiative fand eine überwältigende Resonanz: Bei Vereinen, Bünden und Verbänden und in den Medien. Die Botschaften: Aus der Not eine Tugend machen! Auf der Welle der Innovationen surfen! **TITEL ► SEITE 10**

TITEL

- 10 #trotzdemSPORT:**
Mit vielen Ideen durch eine schwere Zeit.
Dafür wurde sogar eine eigene Internet-Seite
eingerrichtet: → lsb.nrw/trotzdemsport

THEMEN/REPORTAGEN/BERICHTE

- 16 NACHGEFRAGT – DAS JAHR 2020:**
Vielfältige Stimmen aus Vereinen, Bünden
und Verbänden
- 24 LOST IN CORONA?!**
Auch junge Menschen im Sport sind betroffen.
Wie gehen sie mit der Situation um?
- 31 SPORTMEDIZIN:**
Ernährung im intensiven Freizeitsport

- 32 PORTRÄT – JANA REINARTZ:**
Simsalabim: Zur Förderung des Ehrenamts
muss manchmal auch etwas aus dem
Hut gezaubert werden

INTERNETREPORT

- 19 DIE DIGITALEN VORLESER*INNEN:**
Ein Tool macht aus Texten Audiodateien –
auch bei → vibss.de

IM GESPRÄCH

- 22 MIT MICHAEL SCHAUPP:**
Der Geschäftsführer des neuen LSB-Wirtschafts-
partners „Pfeifer und Langen“ über das
Nahrungsmittel „Zucker“ und die Kritik daran



Im Moment fühlen sich viele junge Menschen wie in einer „Bubble“ – Über „Social Distancing“, ausgebremste Karrieren und unübersichtliche Perspektiven **HINTERGRUND ► SEITE 24**



Im intensiven Breitensport ist gute Ernährung von besonderer Bedeutung. Tipps eines Sportmedizin-Experten **SPORTMEDIZIN ► SEITE 31**



An der Sportbasis hat das Jahr Spuren hinterlassen. Vereine zwischen Lockerungen und Lockdown **NACHGEFRAGT ► SEITE 16**



Social Media ist ein weites Feld. Neue Apps erobern die Herzen neuer Zielgruppen. Ein Überblick aus Sicht des Sports **SPORTMANAGEMENT ► SEITE 35**

TOPTALENT DES MONATS

- 30 **MOUNTAINBIKE/CROSS COUNTRY:**
Paul Mölls-Hüfing

SPORTMANAGEMENT

- 35 **SOCIAL MEDIA FÜR VEREINE:**
Neue Kanäle für die junge Zielgruppe. Sollten sich Sportvereine beteiligen?

ZUR SACHE

- 39 **JULIAN LAGEMANN:**
Die Lage ist ernst: Ein Zwischenruf zur Verantwortung des Sports in Zeiten der Klimakrise

- 6 **KURZ NOTIERT**
39 **IMPRESSUM**



„WIR IM SPORT“ ONLINE:
MAGAZIN.LSB.NRW

Unsere Förderer und Wirtschaftspartner



VIBSS-ONLINE RELOADED... DAS ERFOLGSPORTAL



Das Portal → **vibss.de** ist komplett überarbeitet worden. Die Webseite befindet sich jetzt auf dem aktuellsten technischen Stand. Überdies können Besucher*innen eine weitere Informationsebene nutzen. Komplizierte Sachverhalte, wie zum Beispiel die Themen „Buchführung“ oder „Vereinsrecht“, für die Leser*innen werden gut nachvollziehbar gegliedert. Nutzer*innen, die über eine Suchmaschine den Weg zu VIBSS-Online gefunden haben, fühlen sich dort direkt zuhause. Eine neue Suche, die „Google-Search“, ist eingebunden und liefert Top-Ergebnisse. Aktualität spielt weiterhin eine große Rolle. Allerneueste Informationen zur Überwindung der Corona-Krise finden Sportvereine ebenfalls auf den Seiten von VIBSS-Online. Zu guter Letzt, alle Artikel des Portals kann man sich bequem digital vorlesen lassen.

BESTANDSERHEBUNG 2021 DEADLINE: 28. FEBRUAR

Ab sofort können die Vereine ihre Bestandserhebung wieder online an den Landessportbund NRW melden. Die Erfassung der Daten ist bis zum 28. Februar möglich und Voraussetzung, wenn Sie für Ihren Verein Fördermittel (z.B. Zuschüsse für Übungsleiter*innen) beantragen wollen.

ARBEITSERLEICHTERUNG

Wer eine Vereinsverwaltungssoftware mit passender Schnittstellenfunktion nutzt, kann sich die Arbeit erleichtern. Dies betrifft insbesondere größere Vereine oder Mehrspartenvereine. Welche Soft-

ware über die passende Schnittstelle verfügt sowie alle weiteren Infos rund um das Thema „Bestandserhebung“ finden Sie auf unserer Webseite.

Hier geht's direkt zur Online-Bestandserhebung:

→ lsb-nrw-service.de/bsd

Alle Informationen zur Bestandserhebung 2021 und zur Vereinsverwaltungssoftware:

→ go.lsb.nrw/bestandserhebung2021

FELIX-AWARD GROSSE VORFREUDE

Ein Jahr ohne FELIX-Award – wer hätte gedacht, dass es das einmal geben wird? Ende dieses Jahres fehlt nicht nur der NRW-Sportfamilie, sondern vor allem auch unseren besten Sportler*innen das traditionelle Event. Aber es gibt Lichtblicke für das kommende Jahr. Der Landessportbund NRW und die Staatskanzlei NRW hoffen, in 2021 viele Gäste, NRW-Sportstars, Toptrainer*innen, Nachwuchsathlet*innen und weitere Prominenz begrüßen zu können.



Foto: LSB

NEUES SPORTWÖRTERBUCH

SPRACHLICHE HILFESTELLUNG IM SPORTVEREIN

Die Publikation kann besonders angehenden Übungsleiter*innen, Sportler*innen sowie Deutschlernenden als hilfreicher Begleiter dienen. Die Broschüre soll vor allem den Zugang zum Sport(-verein) sowie die Kommunikation untereinander erleichtern.

Mit Hilfe klarer Piktogramme werden zahlreiche sportliche Begriffe und Sätze in insgesamt neun verschiedene Sprachen übersetzt: Deutsch, Englisch, Französisch, Türkisch, Russisch, Arabisch, Dari, Farsi und Kurdisch. Das „Sportwörterbuch“ fördert das schnelle Lernen von typischen Begriffen aus dem Sportalltag über viele Kulturen hinweg.

Zum digitalen Flipbook:

➔ go.lsb.nrw/sportwoerterbuch

Zusätzlich steht im Flipbook eine PDF-Datei zum

Download zur Verfügung. Die gedruckte Version kann bei Serpil.Kaya@lsb.nrw bestellt werden.



Anzeige

GENUSS IST TEIL DES KUCHENS

Süße Faktoren für den nachhaltigen Lebensstil

Ob Plätzchen, Stollen oder Festtagsschmaus: Weihnachten bedeutet Zeit für Genuss. Gerade wenn es draußen kalt und dunkel ist, machen wir es uns gerne mit süßen Leckereien gemütlich und kommen zusammen, um gemeinsam zu genießen. Manch einen plagt dann das schlechte Gewissen und die Sorge, über die Weihnachtstage Gewicht zuzunehmen. Das muss aber nicht sein! Genuss gehört dazu und ist gut für unser Wohlbefinden. Denn neben einer ausgewogenen Ernährung und genügend Bewegung wirkt sich gemeinsamer Genuss positiv auf unsere Gesundheit aus. Wer also vielfältig ist, dabei ganz bewusst alle Geschmacksrichtungen zu sich nimmt und auf sein Körpergefühl hört, kann die Weihnachtszeit unbeschwert genießen. Denn wer langfristig darauf achtet, dass die Kalorienbilanz – also das Verhältnis aus Kalorienaufnahme und -verbrauch – stimmt, nimmt auch nicht zu.

➔ Also: Plätzchenbacken, Sportmachen, Zusammenkommen und es sich gut gehen lassen, das ist die Devise. Leckere Rezepte für die Weihnachtsbäckerei bietet die Website von Diamant Zucker: www.diamant-zucker.de

IMPULS-FORUM 2021

EINFACH EINLOGGEN!

„ImPuls-Forum 2021“ – eine spannende digitale Veranstaltungsreihe, die ein Ziel hat: Am 25. August 2021 soll sie wieder „im wirklichen Leben, live und in Präsenz“

KONTAKT:

Landessportbund NRW
Andreas.Hoheluechter@lsb.nrw
 Telefon 0203 7381-943
Annika.Rape@lsb.nrw
 Telefon 0203 7381-864

in Gelsenkirchen stattfinden. Bis dahin gibt es das Format digital mit Beiträgen rund

um den (in)formellen Sport. Verfolgen Sie bequem online das Geschehen und beteiligen Sie sich anschließend live an der Diskussion der Teilnehmer*innen. Unsere Referent*innen stehen für Ihre Fragen zur Verfügung. _____

Weitere Informationen

go.lsb.nrw/impuls2021

Termine & Themen:

13. JANUAR 2021

Dr. Katharina Schoettl *Digitale Medien und ihr Einfluss auf den Sportkonsum*

ALLE WEITEREN TERMINE IN DER ONLINE-ÜBERSICHT:

Prof. Dr. Mathias Bellinghausen *Ergebnisse der Studie „Sport im Park“*

Prof. Dr. Ines Pfeffer *Motive und Bedürfnisse des Sporttreibens*

Daniela Noack *„Vitale Stadt Ahlen“ – Ein Projekt der kommunalen Gesundheitsförderung*

Stephanie Funk *Bewegungsförderung in Projekten nach § 20 SGB V*

Klaus-Dieter Bugdoll *Sportpark Mottbruch – ein Projekt der kommunalen Gesundheitsförderung*

ÜBER SIEBEN MILLIONEN EURO AUSBEZAHLT

„SOFORTHILFE SPORT“

Die Tausender-Grenze war Anfang Dezember bereits deutlich überschritten. Der Fördertopf ist weit über zwei Drittel geleert: Beim Sonderprogramm „Soforthilfe Sport“ für die 18.000 Sportvereine in NRW wurden seit dem Start Mitte April mittlerweile 1.036 eingereichte Anträge von 718 Vereinen bewilligt. Somit sind insgesamt rund sieben Millionen Euro von der zur Verfügung gestellten Zehn-Millionen-Euro-Startsumme verteilt. Die ausbezahlten Beträge bewegen sich zwischen der – bislang acht Mal ausgeschütteten – Obergrenze von 50.000 Euro sowie bescheidenen 54 Euro. Im Durchschnitt wurden nach ausschließlicher Online-Abwicklung über das Förderportal des Landessportbundes NRW etwa 6.832 Euro pro Antrag überwiesen.

„Der erneute Lockdown bedeutet für viele Sportvereine den Verlust wichtiger Einnahmequellen aus dem Spielbetrieb, Turnieren und sonstigen Veranstaltungen. Mit der Soforthilfe Sport des Landes NRW können wir den Vereinen, die dadurch in existentielle Not geraten, wirksam helfen und ihnen eine Brücke ins nächste Jahr bauen“, erklärt LSB-Vorstandsvorsitzender Dr. Christoph Niessen.

ERNEUTE BEWERBUNG NOCH MÖGLICH

„Wir sind froh, helfen zu können. An dieser Stelle danke ich dem Landtag Nordrhein-Westfalens, der das Hilfsprogramm sofort zur Verfügung gestellt hat. Hoffen wir, dass wir bald wieder miteinander Sport treiben und uns persönlich

begegnen können“, betont Sport-Staatssekretärin Andrea Milz. Derzeit läuft noch bis zum 15. März 2021 die vierte Antragswelle für notleidende Sportvereine sowie Bünde oder Fachverbände, die im Antrag einen durch die Corona-Pandemie verursachten Liquiditätsengpass nachweisen müssen. Wichtig: Vereine, die zuvor bereits eine Soforthilfe erhalten haben, können sich erneut um einen Zuschuss bewerben.

LSB-Förderportal (schriftliche Anträge sind nicht möglich!):

➔ foerderportal.lsb-nrw.de/startseite

➤ **JETZT RESERVIEREN!**

WANDERAUSSTELLUNG „TRAINER*INNEN“ BESONDERE ORTE – BESONDERE MENSCHEN - BESONDERE ZEITEN!

Der Landessportbund NRW bietet für 2021 eine außergewöhnliche Wanderausstellung, die die Arbeit der Trainer*innen in NRW würdigt. Die Ausstellung mit zehn Motiven sowie Texttafeln kann kostenfrei ausgeliehen werden und macht sich zum Beispiel in Foyers bei Verbänden, Bündeln oder Vereinen sehr gut. Die Fotos wurden bereits Ende 2018 konzipiert. Ursprünglich war daran gedacht, die großartigen Leistungen der Trainer*innen ausschließlich über die „Wir im Sport“ in ein besonderes Licht zu rücken. Sie wurden dazu an besonderen Orten in NRW in Szene gesetzt. Deshalb: „Besondere Orte – Besondere Menschen“. Zwei Jahre später erscheint die Serie wie das Dokument eines Zeitenbruchs, alle Motive wirken rückblickend wie eine Vorahnung auf eine Krise, die unser aller Leben verändert hat. Hinzu kam deshalb: „Besondere Zeiten“.



Foto: LSB

Die Motive zur Ansicht, Erläuterungen zur Ausleihe und der Ausstellungskatalog (PDF): ➔ go.lsb.nrw/traineroffensive

Anzeige

PER FERNSTUDIUM WEITERBILDEN

Master Sportbusiness Management
(Vollzeit | Teilzeit | Dual)

Bachelor Sportbusiness Management
(Vollzeit | Teilzeit | Dual)

Geprüfter Sportfachwirt (IHK)

Sportmanagement

Fußballmanagement

Sportkommunikation

Social Media Management Sport

Spielanalyse & Scouting

Performance Analyse Fußball **NEU**

Fußball-Athletiktraining

Spielerberater (Neu ab Oktober 2021)

Sport-Mentaltraining

ANERKANNTE ABSCHLÜSSE

IST-Hochschule für Management | IST-Studieninstitut
www.ist-hochschule.de | www.ist.de



Bildung,
die bewegt





Aus der Not eine Tugend machen, das ist das Gebot der Stunde. Vereinssport, so wie wir ihn kannten und schätzten, findet im Moment nicht statt. Doch das heißt nicht, dass die Sportfamilie resigniert „die Flinte ins Korn wirft“. Landauf landab sprießen vielmehr Ideen „Neuer Bewegung in Pandemiezeiten“ aus dem Boden. Mit der Initiative #trotzdemSPORT unterstützt der Landessportbund NRW die beeindruckende Kreativität der Vereine und steuert über eine eigens eingerichtete LSB-„Task Force“ weitere Sport-Anregungen bei.



In gutem Abstand lassen sich vielfältige Workouts spielend realisieren

GEMEINSAM STARK

„Jede Aktivität hat vor allem ein eindeutiges Ziel: Wir wollen, dass die Menschen ganz individuell mitmachen und sich als Gemeinschaft gegen den unfreiwilligen Bewegungsmangel erfolgreich wehren. Dabei werden zum Beispiel virtuelle Anreize mit realen Übungen geschickt kombiniert, so dass sich jede Altersgruppe wiederfinden kann“, begrüßt LSB-Vorstand Martin Wonik die mittlerweile konkret ausgearbeiteten Unterstützungsleistungen für den organisierten NRW-Sport.

Weitere Beispiele:

- ➔ Ein großer Vereinswettbewerb (40.000 Euro Preisgeld) mit gesammelten Kilometern und Sportstunden.
- ➔ Eine Familienrallye mittels QR-Code im eigenen Stadtteil.
- ➔ Der bewährte Alltags-Fitness-Test (AFT) für Bünde und Verbände als Winter-Edition

Der Landessportbund NRW hatte schnell eine Million Euro locker gemacht, um der Initiative #trotzdemSPORT Schwung zu geben. Aufgrund der Resonanz wurde die Summe um eine weitere Viertelmillion aufgestockt. Mit unkomplizierten

Angeboten für jede Zielgruppe, verschiedenen Förderideen und unbürokratischer Abwicklung nimmt die Initiative täglich mehr Fahrt auf.

Dazu zählt beispielsweise eine an zahlreiche Bünde verschickte Materialkiste mit Sportgeräten vom Ball bis zur Slackline. Am 8. Dezember begann der „digitale Vereinstalk“ mit mehreren Terminen zum Oberthema „Mein Verein in der Corona-Krise“ und dem Austausch über Alltagsfragen von Steuern bis Marketing.

Der Startschuss für den landesweiten Vereinswettbewerb für Teams mit mindestens drei und maximal zehn Mitgliedern, die sich die notwendigen Punkte per „Team Fit“-App sichern, fiel am 15. Dezember.

„Unsere Initiative #trotzdemSPORT ist ein zentraler Faktor, um in dieser herausfordernden Zeit den Blick nach vorne zu richten. Mit ihr verfolgen



Comeback der Liegestütze: gut und bewährt

Ich persönlich mag

Outdoor-Training lieber

als Online-Sport.

Frische Luft tut einfach gut

Abdullah Sharify

wir das Ziel, die Kraft unserer Vereine, Bünde und Verbände zu mobilisieren und zu bündeln. Die Rückmeldungen aus unserem Verbundsystem sowie das mediale Echo zeigen eindrucksvoll auf, dass dies die richtige Botschaft zum richtigen Zeitpunkt transportiert“, sagt LSB-Präsident Stefan Klett.

INNOVATIONSSCHUB

So katastrophal die Pandemie ist, so hat sie doch auch einen Innovationschub ausgelöst, der ansonsten niemals derart schnell gekommen wäre. Ein Beispiel von vielen in der NRW-Vereinslandschaft: der TSC Eintracht Dortmund. Vereinsvorsitzender Alexander Kiel: „Wir schaffen jetzt im Moment eine nachhaltige digitale Infrastruktur. Finanzielle Unterstützung durch #trotzdemSPORT kommt da wie gerufen. Wir werden auf jeden Fall Anträge stellen.“ Eine besonders beeindruckende Idee aus Dortmund: Die Ausstattung der Sporthallen mit WLAN, so dass das Streaming von Übungseinheiten technisch einfacher wird. Damit einhergehend: die Aufrüstung der Server.



Online-Mannschaftstreffen fördern den Zusammenhalt in den Vereinen

„Unsere Sportstätten sind in der Nähe des BVB-Stadions. So hatten wir bei BVB-Heimspielen das Problem, dass unsere Vereinsmitglieder nur schwer mit dem Auto zum Training kommen konnten, weil alle Straßen blockiert waren. Mit Online-Sport in Zukunft können sich unsere Mitglieder entscheiden, ob sie anreisen oder von zu Hause aus dabei sein wollen“, ergänzt Jan Weckelmann, Öffentlichkeitsarbeiter beim TSC. Und noch eine Idee: Vereinsmitglieder, die im Urlaub sind, ob auf Mallorca oder Florida, können sich nach der Pandemie einfach dazuschalten. ►

“

Wir haben einen Nerv getroffen

Beim Landessportbund NRW wurde im November eine Task Force #trotzdemSPORT eingerichtet. „Wir im Sport“ sprach mit Sinah Barlog und Henning Schröder, die beide zum Team gehören



#trotzdemSPORT: Da steckt beim ersten Hören das Wort „Trotz“ drin...

Sinah Barlog: Der Schulterschluss mit der Landesregierung ist uns wichtig. Ein Stück weit trotzen wir der Pandemie. Im Moment ist ja leider wenig möglich und das wird noch länger so bleiben. Sport kann ein Ausgleich sein, gerade jetzt im winterlichen Corona-Frust. Sport ist außerdem gesund, stärkt das Immunsystem. Wir möchten den Menschen etwas an die Hand geben, um der gefühlten Ohnmacht entgegenzuwirken.

Henning Schröder: „Trotz“ aller Widrigkeiten suchen wir im organisierten Sport nach Wegen und Lösungen, dem Bewegungsdrang unter Coronaschutzbedingungen Raum zu geben. Auf keinen Fall soll das „Trotz“ gegenüber der Regierung und ihren Entscheidungen, die wir mittragen und akzeptieren, ausdrücken. Wir wollen vielmehr in der Situation, so wie sie nun einmal ist, etwas auf die Beine stellen, Ideen an die Sportvereine vermitteln und Möglichkeiten aufzeigen.

Glaubt ihr, dass einige Ideen nachhaltig sind, d.h. auch „nach Corona“ Bestand haben werden?

Henning Schröder: Ich bin echt beeindruckt, wie viele Ideen in kurzer Zeit entstanden sind. Vieles lag ja auch schon in der Schublade oder war schon einmal gedacht worden. Jetzt entfaltet sich vieles innerhalb kürzester Zeit. Ein echter Innovationsschub..

Sinah Barlog: Man weiß ja nicht, kommt da noch einmal etwas? Irgendwann – vielleicht in fünf Jahren – eine weitere Pandemie? Dann haben wir schon einmal die Erfahrung gemacht und können darauf aufbauen und auf die heutigen Ideen zurückgreifen. Man muss das Beste aus der Situation machen und positiv denken...

Was hat euch besonders beeindruckt?

Henning Schröder: Ich bin erstaunt, wie sehr die Bünde, Verbände und Vereine im Krisenmodus an einem Strang ziehen, das Zusammenspiel auch mit dem Landessportbund ist eine tolle Erfahrung.

Sinah Barlog: Dem würde ich mich anschließen. Wir hatten zum Beispiel die Idee, eine Bewegungs-App mit „Challenge-Charakter“ zu gestalten mit klassischen Elementen wie Laufen, Fahrrad fahren, Walken. Dann kam der Ruderverband NRW und sagte: „Hey nehmt uns auch auf. Rudern kann man auch allein auf dem Wasser“.

Die Initiative hat für eine Resonanz in den Medien gesorgt. Was glaubt ihr, woran das liegt?

Sinah Barlog: Wir sehen das nicht nur bei Zeitungen und Radio- und Fernsehsendern, sondern auch in unseren eigenen sozialen Medien: Wir haben einen Nerv der Zeit getroffen. Die Message ist: „Wir sind nicht nur umstellt von Verboten, sondern es gibt einen Gestaltungsspielraum – es geht ja doch etwas. Das macht Hoffnung.“

Ortswechsel: In der Handballabteilung des TuS Opladen finden für die Minis über die C-Jugend bis zur A-Jugend regelmäßig Online-Trainings statt. Per Link steigen 22 C-Jugendliche gleichzeitig ins Athletiktraining ein. Während der Ball geschickt in Achten durch die Beine kreist, beantworten die Teilnehmerinnen gleichzeitig Fragen: „Wo haben die Olympischen Spiele im Jahr 2000 stattgefunden?“ „Wie heißt die Kreisspielerin der Frauen-Nationalmannschaft?“ Die nächste Übung wird im Liegestütz absolviert. Die Handballerinnen sehen sich, werden gelobt und schwitzen gemeinsam. Sie alle sind motiviert, bleiben im Verein und machen: #trotzdemSPORT!

Weitere Informationen mit der Präsentation vieler Ideen und Förderoptionen unter:

➔ [Isb.nrw/trotzdemsport](https://www.isb.nrw/trotzdemsport)



Livestreaming eines Bewegungs-Angebots in Dortmund

Sport hilft dem Immunsystem

Das Immunsystem ist ziemlich kompliziert und noch gar nicht vollständig verstanden. Was sich sagen lässt: Im Kampf gegen das Coronavirus helfen Fresszellen, Proteine oder Antikörper, so dass der Körper in den überwiegenden Fällen alleine mit dem Virus fertig wird. Und was man auch weiß: Guter Schlaf, Entspannung und ausgewogene Ernährung helfen dem Immunsystem bei der Abwehr. Gleiches gilt für Bewegung und Sport. Sobald man seine Muskulatur beansprucht, werden Botenstoffe (Myokine) gebildet, die sich günstig auf das Immunsystem auswirken. „Auf einer Joggingrunde werden Milliarden Lymphozyten mobil gemacht“, schrieb der „Spiegel“. Und auch bei einer Impfung hilft körperliche Tätigkeit. „Aktive Menschen zeigen im Durchschnitt eine viel effektivere Immunantwort auf Vakzinen“, so Wissenschaftsautor Jörg Blech.

Kurzum: #trotzdemSPORT passt genau. Natürlich unter Beachtung aller Vorsichtsmaßnahmen. Denn es geht nicht darum, wie Jens Spahn es formulierte, an die Grenzen der Corona-Protokolle zu gehen, oder anders gesagt, aus dem Ausreizen der Regeln einen Sport zu machen. Sondern darum, tatsächlich verantwortungsvoll in Bewegung zu bleiben. Dabei hilft die LSB-Initiative maßgeblich!

Theo Düttmann



CORONA BEWEGTE ALLES

Was für ein Jahr geht zu Ende. Ein Virus fordert Politik, Gesellschaft und Sport bis an die Grenzen heraus. Ein Jahr, das als historisch in die Geschichte eingehen wird, als Weichenstellung in ein Zeitalter mit neuen Lösungen und Risiken. Vertreter*innen unserer Vereine, Bünde und Verbände geben ihre Eindrücke wider.



Henrik Beuning
Geschäftsführer des
KSB Rheinisch-Bergischer Kreis



„Das ganze Jahr war Neuland. Unsere größte Sorge galt natürlich den Vereinen, die wir auf allen Kanälen auf dem Laufenden gehalten haben. Dabei waren die Informationen des LSB sehr hilfreich. Der zweite Lockdown traf hart, und ob die Einschränkungen des Bundes für den Breitensport richtig sind, sei dahingestellt. Bei uns bangt derzeit ein Drittel der Vereine um ihre Zukunft!

Wir haben die Zeit aber auch genutzt und zum Beispiel ein Konzept über Sexualisierte Gewalt verabschiedet und sind dabei, die Ausstattung unserer Mitarbeiter*innen im Homeoffice zu optimieren. Gefreut hat mich, dass einige Vereine durch digitalisierte Angebote sogar Mitglieder gewinnen konnten.“

Christine Kupferer
Geschäftsführerin des
Stadtsporbundes Köln



„Corona verlagerte die Prioritäten, aber nicht den Arbeitsaufwand. Deshalb war es war gut, dass wir nicht in Kurzarbeit mussten. Wir haben die Vereine informiert, Ängste genommen und Wege aufgezeigt, mit der Situation umzugehen. Positiv ist der Digitalisierungsschub, der ausgelöst wurde, und dass wir „Kölle aktiv“ durchführen konnten. Diese Kölner Art von „Sport im Park“ haben wir drei Monate lang ausschließlich mit unseren Sportvereinen umgesetzt. Die zeigten sich sehr kreativ, so dass es trotz Einschränkungen ein großer Erfolg war, mit „bewegenden“ Rückmeldungen. Deshalb ist auch die LSB-Initiative #trotzdemSPORT genau das Richtige, um die Vereine jetzt zu unterstützen. Menschen wollen sich bewegen.“



Adil Triqui
Geschäftsführer des
Nordrhein-Westfälischen
Kickboxverbandes

„Das Jahr begann erfreulich, da unser Verband in den LSB aufgenommen wurde. Wir haben direkt davon profitiert, als die Coronakrise losging. Denn die Informationen des LSB haben uns als Ehrenamtler die Arbeit mit unseren Vereinen enorm erleichtert. Aber der Sportbetrieb litt natürlich. Noch hat kein Verein geschlossen, aber viele kamen nur dank staatlicher Unterstützung über die Runden. Für 2021 planen wir wieder Turniere und Wettkämpfe. Die brauchen wir, um vor allem dem Nachwuchs Erfolgserlebnisse zu bieten und langfristig unsere Kader zu sichern. Deshalb haben wir auch #trotzdemSPORT auf dem Schirm. Man braucht Perspektiven in diesen Zeiten.“



„Ich bin davon überzeugt, dass wir gestärkt aus der Krise hervorgehen werden. Unsere Mitgliederzahl blieb stabil und wir haben unseren Verein in vielen Bereichen weiterentwickelt. Mit einem Buchungstool für Sportangebote, Corona Kontaktverfolgung, mehr Rechnern in der Geschäftsstelle und Videokursen hat die Digitalisierung einen Sprung gemacht. Ein weiterer wichtiger Schritt ist unsere neue Callanetics-Anlage. Damit können wir auf einer vereinseigenen Anlage Sport im Freien anbieten! Das ist nicht nur ein Vorteil bei weiteren Einschränkungen, sondern eine langfristige Investition. Zudem werden wir 2021 am e-Sport-Projekt des LSB teilnehmen. Auch das ist ein Baustein für die Zukunft unseres Vereins.“

Christian Klute
Vorstand des TV Horn-
Bad Meinberg 1860/1907



Simon Chrobak
Leiter der Geschäftsstelle
TuS Hilstrup

„Wir haben von unseren Mitgliedern in diesem „Coronajahr“ hohe Solidarität erfahren. Das liegt gewiss auch daran, dass wir mit großem Engagement und Aufwand ein digitales Alternativprogramm auf die Beine gestellt haben. Bereits am Tag eins des Shutdowns streamten wir „Live on Air“. Beim „Restart“ waren wir ebenfalls sofort mit entsprechenden Hygienekonzepten im gewohnten Angebot präsent. Jetzt sind wir im Zuge von #trotzdemSPORT wieder online mit Training, Spiel und Bewegung. Das kam und kommt bei unseren Mitgliedern gut an. Im Übrigen glaube ich, dass Sport gerade unter dem Aspekt der Gesundheit Teil der Lösung und nicht des Problems ist. Der Blick in das nächste Jahr gleicht allerdings einem Blick in die Glaskugel.“



Dieter Voigt
Geschäftsführer des
Leichtathletik-
Verbandes Nordrhein

„Das Jahr war vor allem eine mentale Herausforderung. Für uns in der Geschäftsstelle und Führung des Verbandes, ebenso wie für die Haupt- und Ehrenamtlichen in den Mitgliedsvereinen. Alle haben außerordentlich viel Energie in ihre Arbeit gesteckt, oft ohne zu wissen, was am Ende dabei herauskommt. Sei es im Sportbetrieb, bei digitalen Schulungsangeboten uvm. Dabei war es paradox: Als Fachverband gehört es zu unserem Auftrag, Menschen für und durch den Sport in Kontakt zu bringen. Plötzlich mussten wir dazu beitragen, dies auf das Möglichste zu verringern. Das hat unser Selbstverständnis berührt. Am Herzen lag uns deshalb, kommunikativ Kontakt zu halten, zu motivieren und die Begeisterung für unsere Sportart aufrecht zu erhalten. Ich glaube, das ist gelungen.“





AUS DEM NETZ GEFISCHT

Mehr dazu:

→ go.lsb.nrw/readspeaker

DIGITALE VORLESER*INNEN BEQUEM ZEIT SPAREN

Wer kennt es nicht: Für die Vorstandsarbeit im Verein ergeben sich immer wieder zahlreiche Fragen. Wie war das noch gleich mit der Einberufung zur Mitgliederversammlung? Was muss ich über das Thema Sponsoring wissen und welche Voraussetzungen müssen erfüllt sein, um den Ehrenamtsfreibetrag in Anspruch zu nehmen? Themen, auf die das Vereinsportal → **VIBSS Online** die passenden Antworten hat. Man ist gewillt, sich für die Vorstandsarbeit im Verein fit zu machen. Aber selbst für das Lesen der Fachartikel fehlt manchmal die Zeit. VIBSS Online hat jedoch auch dafür die passende

Lösung. Mit dem integrierten Tool „Readspeaker“ können sich die Besucher*innen von VIBSS Online jeden gewünschten Artikel einfach vorlesen lassen.

18 SPRACHEN

Bei Bedarf sogar in 18 unterschiedlichen Sprachen – einfach den Text markieren und schon lässt er sich übersetzen. Es ist auch möglich, den Text als Audiodatei abzuspeichern, um sich die Fachartikel beim Joggen oder während der Autofahrt bequem anzuhören. _____

DIE ZUKUNFTSMA ... ENTSCHEIDET SELBSTBEWUSST.



IN KOOPERATION MIT

WESTLOTTO

GEFÖRDERT DURCH

Staatskanzlei
des Landes Nordrhein-Westfalen



ACHERIN

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN



Interview mit Kathrin Ewert:
magazin.lsb.nrw

Kathrin Ewert, Kampfrichterin Dortmunder Turngemeinde 1873, mit Olympiasieger Fabian Hambüchen.

#SPORTEHRENAMT – SEI DABEI!

www.sportehrenamt.nrw

„KEIN ZUCKERBASHING“

Weihnachten ist nah und viele freuen sich auf „süße Feiertage“ mit leckerem Spekulatius, Christstollen oder Zuckerguss-Lebkuchenhäuschen.

Anlass genug, mit Michael Schaupp, Geschäftsführer von Pfeifer & Langen, ins Gespräch zu kommen. Das Kölner Unternehmen ist einer der führenden Produzenten von Zucker in Europa und neuer Wirtschaftspartner des Landessportbundes NRW.



Herr Schaupp, Sie stellen über eine Million Tonnen Zucker jährlich allein in Deutschland her. Können Sie uns ein Bild von der Dimension geben...

Wenn Sie Zucker auf einem schmalen Streifen bis zum Mond streuen würden – dies sind ca. 380.000 Kilometer – entstünde eine lange Strecke. Diese „Zuckerstrecke“ mal sechs – hin und zurück. Das ist die Menge, die wir im Jahr produzieren.

Eine sportliche Frage. Ein Marathonlauf wäre ohne einen gut gefüllten Glykogenspeicher nicht denkbar. Und auch zum Beispiel Rennradfahrer freuen sich sehr, wenn ihnen Traubenzucker während der Etappe gereicht wird. Treiben Sie selbst Sport und haben deshalb ähnliche Erfahrungen

zum Beispiel mit einem schnellen „Energilieferant“ zum Auffüllen ihres „Akkus“?

Ja, zum Beispiel bei einem Radmarathon, dem Ottenbach Alb Extrem. Ich kann Ihnen sagen, da habe ich kennengelernt, wie wichtig ein schneller Energilieferant ist. 260 Kilometer! Es war ein unglaubliches Erlebnis, aber ohne Traubenzucker, Bananen und Kuchen zwischendurch hätte ich es mit Sicherheit nicht ins Ziel geschafft.

Kommen wir zu der neuen Partnerschaft mit dem Landessportbund NRW. Wie werden die Sportler*innen und Vereine in NRW von der neuen Kooperation profitieren?

Wir möchten vor allem dabei helfen, ein Bewusstsein für einen gesunden und nachhaltigen Lebensstil auch bei Sportler*innen zu schärfen. Oft gibt es in meiner Wahrnehmung eine „Chinese Wall“ zwischen Ernährung und Bewegung. Im Sinne der Gesundheit gehört das aber zusammen – es bedingt sich. Und da sind wir auch schon beim Zucker, der oft in der Kritik steht. Zucker ist nicht per se „schlecht“, es kommt nur auf das richtige Maß an. Hierzu möchten wir Fakten schaffen und aufklären, damit eine ausgewogene Ernährung und der natürliche Umgang mit Zucker ebenso in den Vordergrund rückt wie ausreichende Bewegung.

Aber Sie haben sich nicht nur „Bewusstseinsbildung“ auf die Fahnen geschrieben...

Nein, natürlich nicht. Ein anderer Aspekt der Zusammenarbeit bezieht sich auf das Projekt „Zeig Dein Profil!“ der Sportjugend NRW. Hier wollen wir dazu beitragen, dass sich die Jugendarbeit in den Sportvereinen weiterentwickelt. Und

das ist ein weites Feld: Es reicht von der Stärkung ehrenamtlicher Strukturen bis zur Unterstützung jungen Engagements. Wir planen die Entwicklung eines gemeinsamen Bausteins zur Nachhaltigkeit und Ernährung und scharren mit den Hufen, wie wir uns genau einbringen können.

Sie möchten, dass besonders junge Menschen für einen bewussten Zuckerkonsum und die positive Wirkung von Sport in Zusammenhang mit gesunder Ernährung sensibilisiert werden. Warum liegt Ihnen das besonders am Herzen?

Ernährungsbildung steht nicht auf dem Lehrplan und wird häufig in Familien nicht thematisiert, daher denken wir, dass mehr Aufklärung nötig ist, um junge Menschen an die Themen heranzuführen. Wir sind eine Gesellschaft, in der alle – auch Kinder und Jugendliche – einen großen Teil ihres Lebens sitzend verbringen. Und klar, wenn man mehr Kalorien zu sich nimmt als man verbraucht, dann ist Übergewicht schon in jungen Jahren vorprogrammiert. Das liegt nicht am Zucker allein. Wir nehmen hier unsere gesellschaftliche Verantwortung sehr ernst und freuen uns, dass der Sport Türen öffnet.

Ein Doppelpass zwischen Sport und Zuckerproduktion mag möglicherweise auf den ersten Blick überraschend klingen. Tatsächlich ist in der Sportfamilie die neue Kooperation nicht ausschließlich positiv aufgenommen worden. Ein Argument der Kritiker*innen: Zucker kann schon im Kindesalter zum Beispiel zu Diabetes führen. Die Krankheitskurven gehen hier deutlich nach oben. Was sagen Sie den Kritiker*innen?

Die Debatte wird leider oft mit falschen Annahmen geführt. Diabetes Typ 2 hat viele Ursachen, Zucker gehört nicht zu den Risikofaktoren, sondern mangelnde Bewegung, Übergewicht, rauchen, etc.. Entscheidend ist der gesamte Lebensstil. Verbote und Bevormundung bringen nichts. Die Diskriminierung einzelner Nährstoffe ist aus ernährungsphysiologischer Sicht nicht sinnvoll, da so Lebensmittel kategorisch ausgeschlossen werden, obwohl sie Bestandteil einer ausgewogenen Ernährung sind. Deshalb geht es unterm Strich um die gesamte Kalorienbilanz – also die Balance der Kalorienaufnahme und dem Verbrauch – das wäre dann eine gute Debatte, die wir miteinander führen können.

Noch einmal nachgehakt. Im Moment gibt es ja ein echtes „Zuckerbashing“. Sie selbst sprechen von der „Unsachlichkeit der Debatte“ und dass es an der Zeit sei, „die hysterische Diskussion auf den Boden der Tatsachen zu bringen“. Können Sie uns dieses Statement etwas näher erläutern.

Es gibt enorm viele Mythen rund um Zucker. Ein Mythos: Zucker ist verantwortlich für Übergewicht und wer seinen Zuckerkonsum reduziert, nimmt automatisch ab. Das stimmt natürlich nicht. Wir wollen nicht, dass der Zucker zu einem Sündenbock gemacht wird, dass die Diskussion sich nur um einen Nährstoff dreht. Ich räume gerne ein: Die Debatte wird sehr emotional geführt. ...



LOST in Corona?!

„LOST“ ist das Jugendwort des Jahres. Die jungen Menschen stecken fest, sind ausgebremst. Viele sitzen allein im Homeoffice statt gemeinsam im Hörsaal oder in der Ausbildung. LSB-Vorstandsvorsitzender Dr. Christoph Niessen spricht von „einem verlorenen Jahr“ für Nachwuchsleistungssportler*innen.



Sinnbild mögen Bubble-Balls sein. Diese PVC-Kugeln, die wie überdimensionierte Zellen wirken, vermitteln ein seltsames Gefühl von Distanz und Isolation. Für einen „Wir im Sport“-Fototermin haben sich junge Menschen in diese „Bubbles“ begeben und wir haben sie gefragt: „Wie geht es euch?“



**Die jüngere Generation
wird politischer, weil viel
auf sie einprasselt**

Noah Zachowski



**Jetzt unterstützen
mich wieder
meine Eltern**

Michelle Zeiger

Seit langem wurde keine junge Generation mehr so gefordert. Als wären Klimawandel, Migration und Populismus nicht genug Bruchstellen, setzt sie Corona zusätzlich unter Druck. Die Zukunft scheint ungewiss. Mit Blick auf den Sport fällt Dr. Christoph Niessen ein klares Urteil: „Wenn Kinder und Jugendliche ein Jahr lang kaum Sport machen können, ist das ein verlorener Jahrgang.“

Verloren wirken die jungen Erwachsenen, die beim Fotoshooting des LSB ihren Spaß in den Bubbles haben, nicht unbedingt. Doch hinter lächelnden Gesichtern steckt mehr. Vincent Vossieg, ein aufgeweckter 20-Jähriger, startete nach einem Freiwilligen Sozialen Jahr bei der Sportjugend NRW eine Ausbildung als Veranstaltungskaufmann – und steckt mitten in der Kurzarbeit. Michelle Zeiger, ehrenamtliches Mitglied

im Präsidium des KSB Coesfeld, musste ihren Nebenjob in einer Freizeitanlage für Kinder an den Nagel hängen. Das trifft die quirilige Studentin und WG-Bewohnerin finanziell sehr. „Jetzt unterstützen mich wieder meine Eltern“, kommentiert sie, „aber man will ja auf eigenen Füßen stehen.“ Dabei hat sie noch Glück. „Einige kriechen wieder bei ihren Eltern unter, um Kosten zu sparen“, sagt Cara Coenen von der gemeinnützigen Organisation Arbeiterkind.de in NRW. Manchen bliebe nur eine Pausierung des Studiums.



**So ein
Vereinsgefüge
vermittelt
Geborgenheit**

Vincent Vossieg

Noah Zachowski, der Dritte im Bubble, vermisst Kontakt. Damit ist er nicht alleine: 40 Prozent seiner Alterklasse belastet laut einer TUI-Studie die Einschränkungen im Freizeitbereich, dazu gehört auch die Schließung von Sportstätten. Zachowski ist unter anderem im J-Team des Westdeutschen Tischtennis-Verbandes aktiv. Nicht nur sind Vorhaben seines Teams ausgefallen, sein Studium der Sozialwissenschaften findet online statt. „Ich nehme da deutlich weniger mit als in Präsenzveranstaltungen“, beklagt der 22-Jährige. Typisches Studentenleben? Fehlanzeige. „Ich möchte nicht wissen, wie es den Anfängern geht, in einer Uni-Phase, in der man lebenslange Kontakte knüpft...“

Die Welt wird unübersichtlicher

Es geht ein Riss durch das Leben angehender Erwachsener. Ein Riss, der mehr umfasst, als die üblichen Wachstumschmerzen – und der zwischen den Generationen verläuft. Mit welchen Konsequenzen? „Eine Generation meldet sich zu Wort“, lautet der Untertitel der aktuellen Shell Jugendstudie. Sie meint, dass die Jungen wieder deutlicher Ansprüche an die Gesellschaft stellten. Noah Zachowski bestätigt: „Die jüngere Generation wird politischer, weil viel auf sie einprasselt.“

Er warnt: „Noch führt das nicht zu Verdrossenheit. Aber es muss schnell etwas passieren...“ Auch Zeiger ist kritisch: „Wir können nicht mehr sagen, das werden andere regeln. Wir sind gezwungen, uns eine eigene Meinung zu bilden.“ Zum Beispiel im Bereich Klimawandel und Umweltschutz. Diese Thematik stehe ganz oben auf der Prioritätenliste, stellt u.a. die Jugendstudie des SINUS-INSTITUTS fest. Aber nicht alleine: „Auch Krieg versus Frieden beunruhigt die junge Generation in hohem Maße“, so das Institut. Zudem ängstige laut SHELL-Studie mehr als die Hälfte der Jugendlichen die wachsende Feindlichkeit zwischen Menschen unterschiedlicher Meinung. Sie kommt zu dem Schluss: „Die unübersichtlichen Verhältnisse in der Welt verstärken die Sehnsucht nach Halt und Orientierung.“

Weitere Stimmen der
„Generation Corona“:

magazin.lsb.nrw

Riss in der Zeit

Sehnsucht nach Halt und Orientierung? Das ist die klassische Spielwiese populistischer Akteure. Die Hälfte der Jugend erwartet eine stärkere Spaltung im Land, sagt die TUI-Studie. Fast jeden vierten Jugendlichen ordnet die Shell-Studie als „Populismus-Geneigt“ ein. Der Vereinssport als „Schule der Demokratie“ ist mehr gefordert denn je. Doch wenn ein Lockdown die Türen verschließt? Vincent Vossieg vermisst seinen Verein. Er engagiert sich als Übungsleiter im Haaner TV. „Wenn ich frei habe, bin ich immer dort. So ein Vereinsgefüge vermittelt Geborgenheit“, weiß er.

Paul Vestrup steht ebenfalls vor verschlossenen Toren, selbst wenn er im Verein andere Kräfte schult. Das Top-talent im Fechten verliert als Leistungssportler viel: „Ich habe mich noch nie so auf eine WM gefreut und vorbereitet wie in diesem Jahr“, sagt er. In die USA sollte die Reise gehen. Ausgefallen! Wie viele andere Wettkämpfe. „2020 ist mein letztes Jahr im Juniorenbereich“, sagt er, „mit meiner Erfahrung habe ich mir gute Chancen auf Titel ausgerechnet.“ Chancen, die nie wiederkehren.

Zwar steckt er nicht den Kopf in den Sand: „Wer in der Spitze mitmischen will, muss mit dieser Situation umgehen“, meint er. Doch auch damit muss der Top-sportler umgehen: „Eigentlich wollte ich nach meinem Abi ein GAP-Jahr einlegen zur beruflichen Orientierung, mit Praktika, Minijobs in verschiedene Bereiche schnuppern.“ Bisher sei noch nicht viel dabei herumgekommen, berichtet er. Eine Umfrage des Beratungsunternehmens EY unter 2.000 Studierenden belegt, dass ein Viertel der Befragten seine beruflichen Pläne geändert hat. Wie Vestrup: „Jetzt wird es wohl auf ein Sportstudium hinauslaufen, da kenn ich mich ja aus...“

Ausdruck besonderer Zeiten: Wichtige Erfahrungen können nicht gemacht werden. Die langfristigen Folgen sind noch nicht einzuschätzen. Zahllose Auslands-



Junge Menschen...

(Auszüge aus aktuellen Jugend-Studien)

•••

betrachten die Welt und ihre Probleme ernsthaft und realistisch, sind aber gleichzeitig sehr besorgt und mitunter sogar ängstlich. Fast scheint es, als sei der Jugend der Spaß abhandengekommen.⁽³⁾

•••

sind bereit, sich an die Maßnahmen zur Bekämpfung der Corona-Pandemie zuhalten. Für sich, aber vor allem für andere. Ihr Eindruck hat sich jedoch verstärkt, dass die Politik eher die Interessen älterer Generationen vertritt.⁽⁵⁾

•••

zählen europaweit Umwelt- und Klimaschutz sowie Migration und Asyl zu den wichtigsten Themen für die EU.⁽⁵⁾

•••

beklagen eine „Jeder-für-sich“-Mentalität und fehlenden Zusammenhalt in der Gesellschaft.⁽³⁾

•••

erwarten europaweit, dass sich die Gesellschaft in ihren Länder stärker spaltet: In Deutschland denkt das jede*r Zweite. Jede*r Dritte junge Europäer rechnet im nächsten Jahrzehnt mit einem Krieg in der EU.⁽⁴⁾

•••

sind bereit, sich in hohem Maße an Leistungsnormen zu orientieren, hegen gleichzeitig den Wunsch nach stabilen sozialen Beziehungen im persönlichen Nahbereich.⁽²⁾

•••

80 Prozent der Jugendlichen bewegen sich weniger als von der WHO empfohlen, besonders betroffen sind Mädchen. Das sind Erkenntnisse die Handlung erfordern.

Prof. Dr. Christoph Breuer⁽¹⁾

•••

bringen den klassischen Medien das größte Vertrauen entgegen. Internet und Social Media haben diesen aber im Bereich der gezielten politischen Informationssuche den Rang abgelassen.⁽²⁾

•••

fast vier von fünf sind mit der deutschen Demokratie eher oder sehr zufrieden.⁽²⁾

(1) Vierter Kinder und Jugendbericht

(2) SINUS-Jugendstudie über 14- bis 17-Jährige

(3) SHELL-Studie

(4) Studie im Auftrag der TUI-Stiftung über 16- bis 26-Jährige Europäer

(5) Studie im Auftrag der TUI-Stiftung über 16- bis 26-jährige Deutsche in Coronazeiten

aufenthalte junger Menschen wurden abgebrochen, interkulturelles Kennenlernen gestoppt. Phil Vossieg, der Bruder von Vincent, musste die USA ebenso abrupt verlassen wie Vereinskollegin Sarah Siebert Neuseeland.

Den Eindruck der selbstbezogenen Jugend entzaubert Siebert übrigens nebenbei: „Ich weiß gar nicht mehr, wann ich das letzte Mal gefeiert habe.“ 83 Prozent der 16- bis 26-Jährigen verhält sich in der Pandemie äußerst verantwortungsbewusst – auch aus Solidarität mit der älteren Bevölkerung, so die Studie der TUI-Stiftung. Eine Solidarität, die die Fridays for Future-Generation umgekehrt nicht empfindet. Sie muss ihre Zukunft selbst in die Hand nehmen. „Ich glaube, dass unsere Generation unterschätzt wird“, sagt Michelle Zeiger entschieden, „wir machen uns ziemlich viele Gedanken über die Zeit nach Corona und fragen uns, ob es einen Umbruch geben wird.“

Nachdenklich stecken die jungen „Models“ in ihren Bubbels. Wenn man so will, gut gepolstert gegenüber der Welt... Doch das täuscht. _____

Topalent des Monats

TEXT SINAH BARLOW

FOTO ANDREA BOWINKELMANN



PAUL MÖLLS-HÜFING

Tempo, Abheben, Landung: Hier muss alles hundertprozentig stimmen. Dazu kommt der Nervenkitzel und der Adrenalinkick beim Cross-Country. „Man darf keine Angst haben“, erklärt Paul Mölls-Hüfing (15). Er selbst fühlt sich in der Natur frei und genießt die Momente auf seinem Bike. „Ziel ist natürlich Olympia, aber auch die Teilnahme an den World-Cups“, sagt der ehrgeizige Hamminkelner.

MOUNTAINBIKE

Cross Country

Verein: **RG Haldern 03**

Trainer: **Rüdiger Mölls-Hüfing**
und **Markus Schulte-Lünzum**



VIDEOPORTRÄT

→ go.isb.nrw/top072020

2020

LANDESMEISTERSCHAFT NRW

MTB/ CROSS-COUNTRY

Vizelandesmeister (U17)

CYCLO-CROSS-RENNEN

3 Siege (U17)

CROSS-COUNTRY-RENNEN

3 Siege (U17)

CROSS-COUNTRY-RENNEN

2. Platz (U17)

ATHLETIKWETTKAMPF NRW

1. Platz (U17)

2019

LANDESMEISTERSCHAFT NRW

MTB/ CROSS-COUNTRY

Landesmeister (U15)

NRW-CUP (insgesamt 9 Rennen)

Gesamtsieger

...

Präsentiert von:



Ernährung im intensiven FREIZEITSPORT

Sport wirkt sich positiv auf die Gesundheit aus, vermindert Stress und steigert die Leistungsfähigkeit.

Diese Effekte treten ein, wenn in der Regeneration nach dem Sport die beanspruchte Muskulatur optimal mit Nährstoffen, Vitaminen und Mineralien versorgt wird.

Ambitionierte Freizeitsportler, die mehrfach pro Woche eine Stunde oder mehr intensiv trainieren, regenerieren schneller und besser, wenn sie sich gezielt ernähren. Die Deutsche Gesellschaft für Ernährung (DGE) empfiehlt diesen Intensiv-Freizeitsportlern eine kohlenhydratbetonte Ernährung, mit einer hohen Nährstoffzufuhr aus Obst und Gemüse, Fette sollten nur bei rund 30 Prozent der Gesamtenergieaufnahme liegen. Außerdem ist zu beachten: Kohlenhydrate in Form von

Glukose dienen der Muskulatur als wichtigste Energiequelle. Bereits nach einer Stunde intensiven Sports sind die Speicher in Muskulatur und Leber bis zu zwei Dritteln erschöpft und sollten in den ersten zwei Stunden nach der Belastung wieder aufgefüllt werden. Bei intensiven (Ausdauer-)Belastungen über 90 Minuten werden mit zunehmender Entleerung der Glykogenspeicher zusätzlich bis zu 15% körpereigene Proteine zur Energiegewinnung verstoffwechselt.

Eiweiß-Angebot

Hier sollten der Muskulatur Kohlenhydrate in Kombination mit Eiweißen angeboten werden. Eine Mahlzeit aus leicht verdaulichen Kohlenhydraten, etwas Eiweiß und



wenig Fett, wie zum Beispiel Ofenkartoffel mit Quark oder Ei, kann der Körper dann schnell und sehr gut verwerten. Viel wertvolles pflanzliches Eiweiß liefern auch Hülsenfrüchte und Getreide. Grundsätzlich müssen sich „Intensiv-Sportler*innen“ aber keine Sorgen machen, dass sie zu wenig Eiweiß verzehren. Die Zu-

fuhr liegt in Deutschland bei „normaler“ Ernährung ohnehin häufig über der Empfehlung von täglich 0,8 bis ein Gramm Eiweiß pro Kilogramm Körpergewicht.

Für eine optimierte Regeneration auch wichtig: Erhöhung der täglichen Trinkmenge. Bereits ohne Sport sollte ein Erwachsener täglich 1,5 bis zwei Liter trinken, ein 70-kg-Läufer verliert zusätzlich bis zu 1,4 Liter Wasser bei einem intensiven Stundenlauf. Über den Schweiß gehen außer dem Wasser auch noch Mineralien (Magnesium, Kalium, Kalzium) verloren. Diese Verluste gilt es zu ersetzen. Als Sportgetränk eignen sich daher besonders natriumreiche (über 200 mg/l), stille Mineralwasser oder Saftschorlen mit einem Drittel Saftanteil. Maximal zwei Stunden nach dem Sport sollte der Flüssigkeitshaushalt wieder ausgeglichen sein. _____

TEXT NICOLE JAKOBS

FOTO ANDREA BOWINKELMANN

Simsalabim

„Man hat ja keinen Kontakt zu den Leuten“, sagt Jana Reinartz. Sie ist „Ehrenamtsmanagerin“ beim TV Bruckhausen (TVB), findet ihre „Aufgabe“ gerade schwierig und sie ist überzeugt: „Die Zeiten werden wieder besser.“ Porträt einer „Zauberin“.

Im nächsten Jahr feiert ihr Verein die Hundert. Und weil der Verein stets sein Ohr am Puls der Zeit hat, ist er über diese Zeit zu einem echten Schwergewicht geworden. 2.200 Mitglieder, eine Wassersportsparte als Alleinstellungsmerkmal im Umkreis, ein mutiges, frühes Erkennen von Trends. Das kann alles wunderbar die nächsten 100 Jahre so weitergehen – wenn sich genügend Mitstreiter*innen finden.

Da kommt Jana Reinartz ins Spiel. 26 Jahre jung, TVB-Kind seit ihrem zweiten Lebensjahr. Pressewartin des Vereins – und seit Ende 2019



ZAUBERIN bzw. offiziell: EHRENAMTSMANAGERIN. Pathetisch gesprochen: Auf ihren Schultern ruhen Hoffnungen. „Och, das empfinde ich gar nicht so“, lacht die quirlige Jana. Nach einem ‚Manager-Zauber-Lehrbuch‘ könne man eh nicht arbeiten, das sei nicht realistisch. Man muss – Simsalabim – manchmal etwas aus dem Hut zaubern: „Wir sind im Umkreis gut angesehen, weil wir viel für unsere Übungsleitungen tun“, sagt sie. Fortbildungen zählen dazu oder eine jährliche Fete. So hapert es dem Verein bisher nicht an Übungsleiter*innen.

Helfende Hände?

Wenn es jedoch um helfende Hände geht, wird es eng. Denn auch der TV Bruckhausen spürt die Tendenz, dass Mitglieder den Verein eher als Dienstleistungs-Fitnessstudio begreifen. „Die bekomme ich nicht“, sagt Jana, keine Chance. Doch zu vielen anderen Mitgliedern lässt sich eine persönliche, emotionale Beziehung aufbauen. Das sei jedoch ausbaufähig, sagt sie, und das sei jetzt ihr Job.



Es beginnt mit Kleinigkeiten, mit „Anerkennung und Wertschätzung“. Der TV Bruckhausen hat etwa festgestellt, dass die vielen „nur“ Kuchenbäcker*innen keine Anerkennung erhalten. Nun wurde eine Bonuskarte eingeführt, die unter anderem freien Eintritt ins vereinseigene Strandbad oder ein leckeres Essen im Vereinsheim ermöglicht.

Und noch eine Sache aus dem Lehrbuch berücksichtigt der TVB: Das Ehrenamt ist ein Kreislauf. Ehemalige Engagierte lassen sich erneut ansprechen, womöglich für andere Aufgaben, aber sie gehen dem Verein nicht zwangsläufig verloren.

Mitarbeiter*innen findet man an der Theke im Vereinsheim

Gelernt hat Jana vieles in ihrem „Ehrenamtsmanager*in-Zertifikatslehrgang“ des Landessportbundes NRW. Viele Ideen hat sie mitgenommen, nicht alles klappte. „Wir haben versucht, Stellenbeschreibungen wie empfohlen zu formulieren. Daraufhin haben wir überhaupt keine Rückmeldung erhalten. Am ehesten kriegt man die Leute halt an der Theke“ – und die ist im Moment geschlossen. Natürlich hat Jana Recht: Nicht alle Ideen und Möglichkeiten passen zu jedem Verein. So hat der TVB ein probates Mittel angewandt: die Vereinsberatung. Involviert waren der Vorstand und die Sprecherebene (bestehend aus Übungsleiter*innen und Abteilungsleiter*innen). Es gab eine Stärken-Schwächen-Analyse und erste Ideen für konkrete Maßnahmen. Die Bonuskarte ist so eine erste. Jana: „Die Paarung Ehrenamtsmanagerin plus Ehrenamtsberatung war richtig für uns. Denn so haben wir alle mitgenommen. Eine perfekte Kombi – und weil es kostenlos war, war es noch besser!“

AUSBILDUNG „EHRENAMTSMANAGER*IN“

(ZERTIFIKAT)

Ehrenamtsmanager*innen verfügen über Wissen und Wege für eine systematische Mitgliederentwicklung. Dazu gehören etwa Maßnahmen zur Gewinnung, Betreuung, Begleitung und Bindung von engagierten Freiwilligen. Die Ausbildung umfasst zwei Module von je zwei Tagen: ein Basismodul und ein Vertiefungsmodul. Für die Ausbildung wird keine Teilnahmegebühr erhoben.

TERMINE, ANMELDUNG UND WEITERE INFORMATIONEN:

Service Qualifizierung

Tel. 0203 7381-777

qualifizierung-im-sport.de

(Suchbegriff Ehrenamtsmanager)

Autos für den Sport!



**SKODA
Suberb Combi**
DSG 1,5l. TSI 150 PS (110 KW)
Ausstattung Style inkl. Navi
und Ganzjahresreifen
mtl. nur **€ 429,-**
(Diesel nur € 529,-)

SKODA Karoq
DSG 1,5l. TSI 150 PS (110 KW)
Drive 125, Mit Anhängerzug-
vorrichtung und Ganzjahresreifen
mtl. nur **€ 389,-**



Das Auto für die ganze Sportfamilie! Seit mehr als 20 Jahren profitieren Mitglieder in Sportvereinen, Übungsleiter, Funktionäre sowie Schieds- und Kampfrichter von den attraktiven Car-Sponsoring-Möglichkeiten der SPURT GmbH in Kooperation mit ASS!

Dein „12-Monats-Neuwagen-Abo“ in dem alles drin ist:

- Steuern und Versicherung (Haftpflicht; Teil- und Vollkasko)
- Überführungs- und Zulassungskosten
- Jahresfreilaufleistung 20.000 km
- Inklusive Ganzjahresreifen

Weitere Vorteile:

- Keine Anzahlung
- Keine Schlussrate
- Laufzeit: 1 Jahr plus Verlängerungsoption
- Jährliche Option auf einen Neuwagen
- „Begleitetes Fahren ab 17“ möglich

Alle derzeitig erhältlichen Modelle sowie weitere Informationen findet Ihr unter www.mobile-sportler.de

Hinweis: Grundsätzlich sind verschiedene Modelle von derzeit 10 Fabrikaten wie beispielsweise Mercedes-Benz, VW, Opel, Ford, Renault etc. verfügbar (Nutzergruppen ggf. modellabhängig).



SPURT GmbH • Car-Sponsoring Partner des Landessportbundes NRW e. V.
Franz-Haniel-Straße 20, 47443 Moers, Telefon: 02841 60239-20, E-Mail: kontakt@spurtwelt.de

spurt
SPORT & MOBILITÄT



TEXT NICOLE JAKOBS

FOTOS DEUTSCHE SCHACHJUGEND (S. 35), PRIVAT

Twitch was?

Erwachsene fühlen sich mit ihrem Facebook- und Instagram-Konto total up to date. Die Kids hingegen tummeln sich längst woanders: bei TikTok und Twitch. Beide Plattformen erschließen sich Erwachsenen frühestens auf den dritten Blick – und gerade deshalb sollten Vereine überlegen, ob sich hier ein Engagement lohnt.



Stream doch!

Twitch ist eine Streamingplattform ursprünglich für Gamer. Per Twitch kann man den Spielern beim Zocken zuschauen und deren Tun live kommentieren. In der Coronazeit sind die Nutzerzahlen von Twitch explodiert. Längst gibt es Live-Kochen, Live-LKW-Fahren, Live-Zigarrenrauchen. Und Live-Sport, zum Beispiel Wrestling, Basketball oder Volleyball. Die Deutsche Schachjugend ist seit fünf Jahren dabei und enorm erfolgreich. Lars Drygajlo erzählt, wie es funktioniert.

Jedes Jahr an Pfingsten (in diesem Jahr im Oktober) finden die Deutschen Meisterschaften im Schach statt. Seit einigen Jahren werden sie auf verschiedenen Plattformen live gestreamt. Gerne nutzt die Deutsche Schachjugend, die die Wettkämpfe ausrichtet, Twitch, „weil hier die Interaktion mit den Zuschauer*innen am einfachsten ist“, sagt Lars Drygajlo, zuständig für die Öffentlichkeitsarbeit. Während des mehrtägigen Wettbewerbes wird jeden Tag fünf bis sechs Stunden live gesendet, verfolgt von einer Zuschauerschaft

von 100, 150 Leuten. Die Community besteht hauptsächlich aus Schachleuten. Manche sind stille Zuschauer*innen, andere kommentieren eifrig. Die Schachjugend hat die Community über die Jahre aufgebaut. Per Twitch konnten Spieler*innen etwa an Turnieren teilnehmen. Für ein halbes Jahr gab es sogar eine wöchentliche Show mit Gästen, die leider aus zeitlichen Gründen eingestellt werden musste. „Regelmäßig unterhalten, die eigene Bubble erschaffen“ – viel Arbeit für Ehrenamtliche, gibt Drygajlo zu. Für die diesjährige Schachmeisterschaft hat sich der Aufwand noch mal vergrößert. Die Kameras waren nicht nur aufs Schachbrett gerichtet, sondern zeigten auch die Spieler*innen. Ein Moderator hat die Kommentare mitgelesen und mit den Usern vor den Bildschirmen interagiert. Die Technik wurde von Chess24 finanziert, dem Sponsor des Streams, dessen Logo jederzeit im Bild zu sehen war. „Schach hat sich bei Twitch entwickelt“, erklärt Drygajlo. „Deutschsprachige Streamer*innen können inzwischen sogar etwas Geld verdienen.“





Der Boah-Effekt

TikTok ist (wie sein Vorgänger musical.ly) hauptsächlich für seine Tanz- und Lipsync-Videos bekannt, die mit der App auch direkt aufgenommen und bearbeitet werden können. Hauptzielgruppe sind Kinder und Teenager. Sie suchen – und finden – das „wow“: virale Trends, Internet-Challenges und Musik. Längst haben Unternehmen und Marken Tik-

Tok für sich entdeckt. Jedoch: Die berechtigte Kritik hinsichtlich mangelndem Datenschutz und Zensur kann TikTok bis heute nicht ausräumen. Für den Profisport ist TikTok nichts Neues mehr, für den Breitensport schon. Ein echtes Best Practice-Beispiel: die Tennissparte der SG Zons.



Anzeige

www.benz-sport.de

Jetzt anfordern:
HAUPTKATALOG 2021



Offizieller Förderer des

LANDESSPORTBUND
NORDRHEIN-WESTFALEN

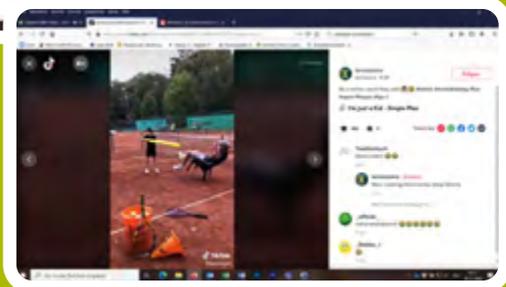
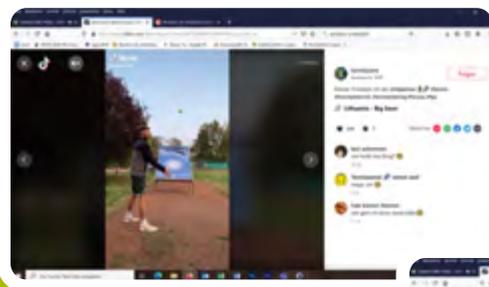


BENZ
Onlineshop
Versandkostenfrei
bei Paketversand ab einem
Warenwert von 29,00 Euro!
Sportartikel
mit unschlagbarem
Preis-Leistungs-
Verhältnis!

ORIGINAL
BENZ[®]
SPORT

SCHULSPORT | BREITENSSPORT | LEISTUNGSSPORT | GYMNASTIK | FITNESS | THERAPIE

D-71364 Winnenden | Tel. 07195 6905-0 | info@benz-sport.de | www.benz-sport.de



Tennislehrer Jan Hülsmann ist der Kopf hinter dem Instagram- und TikTok-Auftritt. Während auf Instagram die Tennisszene längst etabliert ist, ist TikTok noch Neuland. „Bei den Leuten über 20 ist TikTok verpönt, weil es kindisch ist. Stimmt“, schmunzelt er, „wir bekommen viele „sehr junge“ Kommentare. Aber der Content auf TikTok wird immer hochwertiger und erwachsener.“ Sein Content: Trick-Tennis. Coole, unterhaltsame Clips von maximal 15 Sekunden, in denen Bälle zielgenau Flaschen umschmettern oder Tennisschüler*innen witzige Übungen machen. Pro Woche postet er ein oder zwei Videos und hat einen Heidenspaß dabei.

ETWAS ANARCHIE

Anfangs war ihm die Reichweite egal, inzwischen schaut er, was den Leuten gefallen könnte. Auf 12.600 Follower hat er es nach anderthalb Jahren gebracht. Und einige Neumitglieder gewonnen, „Leute ab 18, die den Kontakt zu uns über Insta oder TikTok aufgenommen haben.“ Sogar eine Firmenpartnerschaft hat er an Land gezogen: „Eine Firma hat uns Ballwände angeboten, wenn wir Videos damit machen. Da beschwere ich mich natürlich nicht und teste das Ding aus“, grinst er.

Jans Erfolgsrezept: Eine etwas anarchische Umgehensweise mit der ehrwürdigen Sportart, untermalt von einer frechen Musikauswahl. Bauchgefühl steckt dahinter, kein strategischer Masterplan. „Ich dachte: Machste mal. Wenn es sich gut entwickelt, bist Du schon länger dabei, wenn nicht, habe ich außer Zeit nichts verloren.“ Und schließt: „Der Spaß muss echt sein. TikTok ist eher die Realität, Instagram der Weichzeichner.“ _____

Warnhinweis



DENKT NACH, BEVOR IHR POSTET!

Social Media unterhält, vernetzt, informiert. Aber die vernetzte Welt hat eine Kehrseite: Manche Plattformen sind datenschutzrechtlich bedenklich (etwa TikTok, Facebook u.a.), üben offen oder verdeckt Zensur aus (etwa TikTok) bzw. regulieren nicht oder zu wenig (wie Facebook, Twitter), bieten Raum für alternative Wahrheiten, sind ein Ort für Hass und Mobbing. Sie sind aus unserem Leben nicht mehr wegzudenken, sollten aber verantwortungsbewusst genutzt werden. Dazu gehört auch, dass Eltern darauf achten sollten, was ihre Kinder im Netz so treiben – und zum Beispiel das Mindestalter für die Apps beachten sollten.

Infos zu allen Fragen rund um Medien in NRW und weiterführende Links bietet die Landesanstalt für Medien NRW unter:

medienanstalt-nrw.de



Welche Sau rennt als nächstes durchs Dorf?

WIR HABEN VIBSS-MARKETINGFACHMANN DIRK SCHRÖTER NACH DER ZUKUNFT DER NEUEN PLATTFORMEN BEFRAGT.



”

ERST FACEBOOK UND INSTAGRAM, JETZT TIKTOK ODER TWITCH – MUSS DAS SEIN?

Die TikTok-Nutzerzahlen wachsen rasant. In Deutschland hat TikTok laut Bloomberg 10,7 Millionen aktive Nutzer und liegt auf Platz 3 der Android-App-Downloadcharts. Auch Twitch beeindruckt mit großen Zuwächsen bei Zuschauer*innen, Streamer*innen und Nutzungsdauer.

FÜR WEN PASSEN DIE NEUEN KANÄLE?

TikTok eignet sich für Vereine, die die Zielgruppe 10-15 Jahre via Social Media ansprechen wollen. Auf Twitch kann man Spiele und Bewegungsangebote kostenfrei streamen. Dabei erreicht man vor allem Männer zwischen 18 und 34 Jahren.

WELCHE PERSONELLEN RESSOURCEN BRAUCHT EIN VEREIN, UM SOCIAL MEDIA-KANÄLE ZU BESPIELEN?

Ich würde auf junge Vereinsmitglieder setzen. Diese sind auf TikTok & Co. zu Hause. Warum nicht eine Social Media-Initiative starten und von der Projektförderung der Sportjugend NRW für ein neu gegründetes J-Team profitieren?

WO SIEHST DU DIE ZUKUNFT DER SOZIALEN MEDIEN, WOHIN ENTWICKELT SICH DAS?

Social Media boomt und wird weiter boomen. Es gibt keinen Weg zurück, auch nicht für Sportvereine. Social Media ist ein wichtiger Baustein bei der Digitalisierung von Sportvereinen. _____

HERAUSGEBER

Landessportbund
Nordrhein-Westfalen e. V.

Hausadresse:

Friedrich-Alfred-Allee 25
47055 Duisburg

Postadresse:

Postfach 10 15 06, 47015 Duisburg
Telefon 0203 7381-0
Telefax 0203 7381-615
lsb.nrw
wir-im-sport@lsb.nrw

REDAKTION

Ilja Waßenhoven (V.i.S.d.P.)
Kiyu Kuhlbach (Leitung),
Theo Düttmann
(geschäftsführender Redakteur),
Andrea Bowinkelman (Foto),
Ulrich Beckmann, Ramona Dziwornu,
Sabrina Hemmersbach,
Frank-Michael Rall,
Jürgen Weber, Sinah Barlog,
Lara Benkner (Redaktionsassistentin) und
Annelie Braas (Redaktionsassistentin)

Titelfoto

Andrea Bowinkelman

LSB-Fotos

Andrea Bowinkelman

SERVICE VEREINE

Betreuung kostenfreier Vereinsbezug
Landessportbund NRW
Evelyn Dietze
Telefon 0203 7381-937

IM INTERNET

magazin.lsb.nrw

GESTALTUNG

Entwurfswerk, Düsseldorf
entwurfswerk.de

DRUCK

L. N. Schaffrath GmbH & Co. KG
Druck-Medien, Geldern

ANZEIGENVERWALTUNG

Luxx Medien Verlagsgesellschaft
Bertha-von-Suttner-Platz 1-7
53111 Bonn
Telefon 0228 688 314 12
Telefax 0228 688 314 29
luxx-medien.de

Ansprechpartner

Jörn Bickert, bickert@luxx-medien.de

Redaktionsschluss 01.02.2021

Anzeigenschluss 01.02.2021

ISSN: 1611-3640

Gedruckt auf 100% Altpapier,
zertifiziert mit dem Blauen Engel
(das Umweltzeichen)

GOGREEN

Klima schützen
mit Deutsche Post

Die Lage ist ernst

von **Julian Lagemann**, Stellvertretender Vorsitzender der Sportjugend NRW



Was kommt nach Corona? Die Szenarien der Klimaforscher mit all ihren Folgen für Menschen, Migration und politischer Instabilität bleiben erschreckend. Wer heute

*20 Jahre alt ist, schaut einer fundamental unsicheren Zukunft entgegen. Und wie es scheint, muss meine Generation diese Zukunft selbst in die Hand nehmen, wir wollen mitbestimmen. **Wir fühlen uns un-***

gehört in einer Welt, in denen viele nicht die Tragweite eines rücksichtslosen Umgangs mit der Natur erfassen wollen, mit all ihren sozialen Konsequenzen. Gute Absichten reichten nie, um die Erderwärmung unter der kritischen Marke von 1,5 Grad zu halten. Die Lage ist ernst.

Was heißt das für den Sport? Er steht vor einem Paradigmenwechsel. Die Freude an Bewegung, Spiel und Sport muss strukturell anders als jemals zuvor mit der Verantwortung für Umwelt, Klima und nachfolgende Generationen verknüpft werden. Die Zeit drängt. Unsere Gesellschaft und der Sport haben in der Pandemie gezeigt, dass sie handeln können, wenn es darauf ankommt. Auch nach der Krise kommt es darauf an, grundlegend.

Fairplay gilt auch gegenüber der Umwelt. Sportorganisationen wie der LSB, der DOSB und andere bekennen sich zu ihrer Verantwortung. Unter den Verbänden führt etwa der Deutsche Alpenverein ab 2021 je Vollmitglied einen Klimabeitrag ab. Der LSB will das Thema Nachhaltigkeit in der nächsten Zielvereinbarung mit dem Land verankern. Wenn aber der Sport seiner Aufgabe als größte Bürgerbewegung gerecht werden will, brauchen wir mehr und Konkretes: Zum Beispiel können wir das Thema

Nachhaltigkeit in unsere Qualifizierungen integrieren uvm. Denn nach Corona ist nicht mehr vor Corona.



Das Bienenhotel:
Ein Öko-Vereinsbeispiel
magazin.lsb.nrw



ARAG. Auf ins Leben.

Rückendeckung für Haupt- und Ehrenamtliche



Ob Abteilungsleiter, Trainer oder Jugendwart: Unsere Vermögensschaden-Haftpflichtversicherung schützt alle, die haupt- oder ehrenamtlich im Verein tätig sind. Sie tritt ein, wenn durch Versäumnisse oder Fehlentscheidungen ein Vermögensschaden entsteht. Schützen Sie Ihren Verein und somit die Mitglieder, die sich für Ihren Verein engagieren. Eigenschäden des Vereins und Schlüsselverlust sind mitversichert – ein gutes Gefühl!

Mehr Infos unter www.ARAG-Sport.de



Die ideale
Ergänzung zur
D&O-Versicherung